SI VOUS VOULEZ ECRIRE :

CPVMC
BP 95
94 223 CHARENTON CEDEX

LA BULLE DU CPVM

DÉCEMBRE N°6 1995

Le mot du Président

La parution de la première bulle de l'année est toujours un « évènement » pour le Comité Directeur, certains diront même «une galère» ! Mais cette galère est un plaisir pour tous, encadrants et élèves rament tous dans la même direction avec une mer plus ou moins agitée...
Le CPVMC est une association de bénévoles (loi 1901) ayant pour but la découverte pour tous du fabuleux « Monde du Silence ».
Comme d'habitude, le CPVMC a fait « le plein » d'adhérents, 90 personnes au total.
Certains moniteurs (Marc Parez et Eric Fayot) nous ont quittés pour d'autres activités et d'autres horizons, qu'ils soient ici remerciés pour leurs activités au sein du Club. Un nouveau rejoint les anciens (Yannick Dabard), mais l'armée a tendance à l'accaparer au premier trimestre, il sera bientôt parmi nous.
Les prépas niveau 2 et 3 sont déjà allés plonger en carrière (les veinards). A cette époque, ils ont droit à toutes nos félicitations !
Une seconde sortie est prévue en mars pour les mêmes élèves, une autre à Pâques pour le passage de l'examen niveau 2, encore une à l'Ascension (à Galeria en Corse pour toutes et tous), une en juin en Belgique ou ailleurs, une dernière enfin est à l'étude pour le passage de l'examen niveau 3. Pour d'autres projets, nous sommes à votre écoute !

D'autres idées sont sur le point d'aboutir, accueil d'un groupe de plongeurs handicapés belges avec des représentants de la fédération flamande (mi-février), organisation d'une cession d'examen d'initiateurs piscine, organisation d'un interclub ludique, démonstration de tir sur cible...
Notre Club, votre Club, continue donc sur la (bonne) lancée de l'équipe précédente, à vous faire partager les joies de la plongée sous-marine en toute sécurité.

Le Président, Thierry GOSSET

C'est avec beaucoup de tristesse que nous avons appris que Jean Paul DUBOIS nous a quittés... Que François, son frère, et toute sa famille sachent que nous partageons leur peine. Peut-être le paradis a-t-il quelque chose du Grand Bleu...

QUELQUES PRECISIONS ADMINISTRATIVES...

Les horaires du lundi soir

Je vous rappelle que les séances du lundi soir débutent à 21h00, ce qui veut dire que nous devons tous être en maillot de bain et au bord de la piscine à 20h55 au plus tard.
Est-il utile d'expliquer que le retard de certains d'entre vous compromet une gestion optimum des places disponibles en fosse et pénalise vos petits copains qui verront la durée de leur entraînement réduite ? Alors le lundi soir, et avec notre bénédiction, quittez donc patrons, clients, patients, enfants... un peu plus tôt que d'habitude.

La licence et le certificat médical

Votre licence atteste de votre affiliation à la FFESSM et de votre souscription à l'assurance individuelle complémentaire.
Vous devez donc l'emporter systématiquement lorsque vous plongez en dehors des séances du lundi soir, que ce soit pour une plongée explo ou dans le cadre d'un examen.
De même votre certificat médical vous sera réclamé très souvent. Si vous avez omis d'en faire une photocopie ou de faire tamponner votre passeport de plongée, pensez à le récupérer (me voir).

Le point sur votre assurance

Tous les licenciés FFESSM (Fédération Française d'Etude des Sports Sous-Marins) bénéficient d'une assurance couvrant leur responsabilité civile dans le cadre de la pratique des sports et activités subaquatiques.
Les dommages causés ou aggravés par le transport des bouteilles dans les véhicules relèvent par contre des assureurs automobiles de chaque participant.
La cotisation des adhérents d'un club inclut en outre une assurance individuelle complémentaire Catégorie 1 qui comprend : un capital décès-invalidité, des frais de traitement médical, de recherche et de sauvetage, d'évacuation sanitaire, des garanties d'assistance (le détail de ces garanties vous sera remis sur demande, me voir).
Il existe des catégories 2 et 3 de cette même assurance qui, pour une cotisation plus élevée bien sûr, vous assure un montant de capital décès-invalidité plus important.
Vous pouvez souscrire à ces catégories au moment de votre inscription, en finançant, bien entendu, le supplément nécessaire.

Arrosages, pots

La coutume veut que nous nous réunissions parfois le lundi soir pour « arroser » de nouveaux diplômes ou bien tout simplement pour le plaisir de discuter entre nous autour d'un verre et d'une douceur salée ou sucrée.
Nous comptons sur la contribution de tous en boissons, gâteaux, quiches et autres plaisirs du palais afin de faire de ces réunions des soirées agréables.
Prochaine réjouissance prévue : la galette des rois en janvier, la date sera précisée ultérieurement.

Sylvie AUBRY

L'HEPATITE VIRALE «B» ET LA PLONGEE

L'hépatite virale B se transmet par le sang, la salive et les sécrétions sexuelles. Ce virus très résistant peut entraîner des conséquences graves pour les personnes infectées.

Dans notre Club de plongée, nous n'avons pas vocation à pratiquer la transfusion sanguine, pas plus que nous n'avons remarqué qu'une copulation frénétique s'organisait à notre insu, ni dans les vestiaires ou les cabines, ni dans la fosse à 15m, ou alors de façon très rapide, furtive et, ma foi, Messieurs, vous pourriez être qualifiés de lapins, voire de goujats, eu égard à un temps minimum que ces Dames sont en droit d'attendre de notre part lorsque nous leur rendons hommage.
Mais soyons sérieux...

LE TROMBINOSCOPE

Thierry
Président
Responsable niveau 1

Marc
Vice Président
Directeur technique

Sylvie
Secrétaire

Thierry
Trésorier
Encadrant niveau 2

Valérie
Secrétaire adjointe

Philippe
Trésorier adjoint
Encadrant niveau 1

François
Membre du comité

Charles
Encadrant tous niveaux

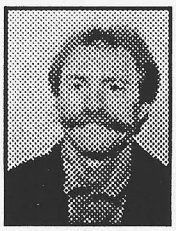
Michelle
Encadrante niveau 1

Eric
Encadrant niveau 1

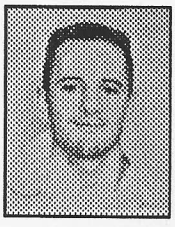
Philippe
Encadrant niveau 1

Yannick
Responsable niveau 2

David
Encadrant niveau 2
Membre du comité



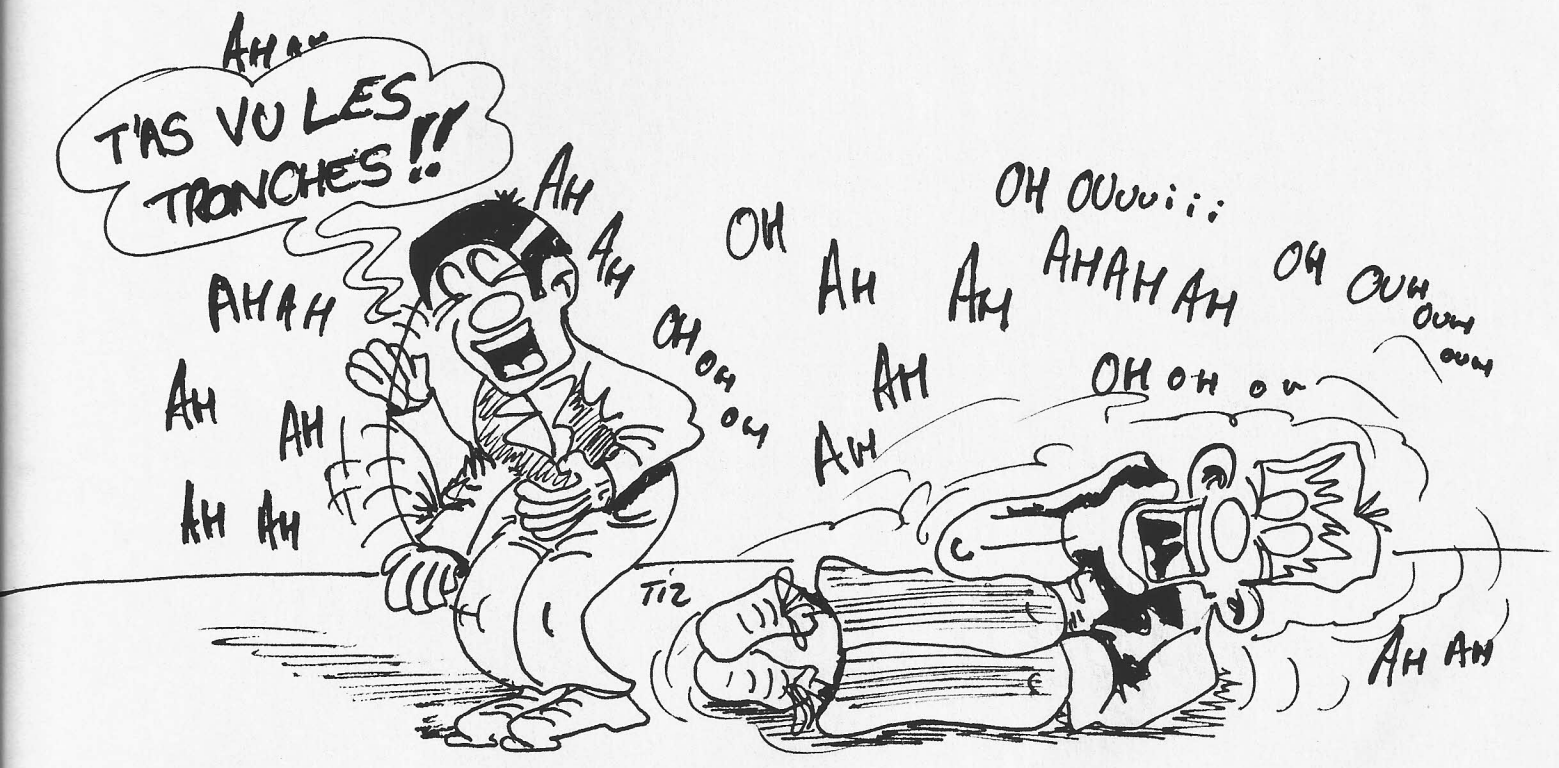
Jérome
Encadrant niveau 2
Membre du comité



Bastien
Encadrant niveau 2
Membre du comité

Sylvain
Encadrant niveau 2
Membre du comité

Claude
Responsable niveau 3
Membre du comité



DROITS ET DEVOIRS D'UN CHEF DE PALANQUEE . . . . .

Le guide de palanquée tient entre ses mains la destinée d'un groupe de plongeurs; Il assure la sécurité et l'intérêt d'une plongée. Tache ingrate qui exige un caractère aussi trempé que son vêtement isotherme.

Ainsi par souci de sécurité et aussi de déontologie, nous rappelons quelques règles simples à l'adresse des NIVEAUX II et des futurs NIVEAUX II !!!

1: GENERALITES:

1.01 Le guide de palanquée n'est pas pointilleux, il est précis.
1.02 Le guide de palanquée n'est pas maniaque, il est organisé.
1.03 Le guide de palanquée n'est pas une grande gueule, il est extraverti.
1.04 Le guide de palanquée ne se vante pas, il est conscient de sa valeur.
1.05 Le guide de palanquée n'est pas timoré, il est prudent.
1.06 Le guide de palanquée ne fuit pas ses responsabilités, il délègue ses pouvoirs.

2: AVANT LA PLONGEE:

2.01 Le guide de palanquée ne bavarde pas, il fait un briefing.
2.02 Le guide de palanquée n'a pas le mal de mer, il est a l'écoute de la nature.
2.03 Le guide de palanquée n'est pas prêt le dernier, il s'équipe avec calme.
2.04 Le guide de palanquée n'est pas indiscret, il inspecte.
2.05 Le guide de palanquée n'est pas distrait, il se concentre.

3: PENDANT LA PLONGEE:

3.01 Le guide de palanquée n'est pas essoufflé, il se ventile.
3.02 Le guide de palanquée ne panique pas, il s'inquiète.
3.03 Le guide de palanquée n'a pas froid, il frôle l'hypothermie.
3.04 Le guide de palanquée ne perd pas un plongeur, il est trahi par son serre-file.
3.05 Le guide de palanquée n'est pas en panne d'air, il propose un exercice.
3.06 Le guide de palanquée n'est pas narcosé, il relativise ses perceptions.
3.07 Le guide de palanquée n'hésite pas, il examine la situation.

4: EN SURFACE :

4.01 Le guide de palanquée n'est pas fatigué, il paie ses efforts.
4.02 Le guide de palanquée ne dérive pas, il utilise le courant.
4.03 Le guide de palanquée ne se repose pas, il attend les autres.

5: SUR LE BATEAU :

5.01 Le guide de palanquée ne râle pas, il explique.
5.02 Le guide de palanquée n'est pas rancunier, il a de la mémoire.
5.03 Le guide de palanquée ne se rue pas sur l'apéro, il se reconstitue.
5.04 Le guide de palanquée ne drague pas, il n'a pas le droit de décevoir l'adulation de ses admiratrices.
5.05 Le guide de palanquée ne présente pas un rapport au directeur de plongée, il l'informe.

Joyeux Noël ! Bonne Année !

Joyeuses Fêtes !

Le Docteur Jérôme SEYER dans un article qu'il écrivit sur le sujet en Octobre 93 est de l'avis suivant : *«...pour le plongeur, l'éventualité d'une contamination par le virus B de l'hépatite apparaît lors des échanges d'embout.»* et il préconise pour les plongeurs et pour les moniteurs plus particulièrement, la vaccination.... composée de trois injections à un mois d'intervalle. Simple et efficace. Prudence de la part de la Commission Médicale Fédérale qui suggère quelques solutions.
En tout premier lieu, le nettoyage des détendeurs dans une solution chlorée pendant 30 minutes. Cela n'apporte pas toutes les garanties mais élimine certains risques.
L'adoption de nouvelles méthodes de simulation lors des échanges d'embout permet de palier les réticences de certains et enfin la vaccination est bien évidemment la solution la plus efficace.

Notre position au CPVMC est la suivante.
Le risque de contamination est négligeable mais il existe. Vous avez certainement plus de «chance» d'être contaminé en dehors du Club mais nous ne voudrions pas en ces temps où votre sensibilité est sollicitée et informée des risques actuels de contamination virale, que vous vous sentiez plus vulnérable dans la pratique de votre loisir.
Des solutions techniques existent mais elles sont chères, à travers l'adjonction d'un double détendeur sur chaque 1° étage, ou complexes à réaliser pour la simulation des échanges d'embout mais nous y réfléchissons.
Nous sommes nombreux dans ce Club, plongeurs et encadrants à avoir préféré la solution du vaccin. Alors, faites comme nous et n'oubliez pas le Tétanos, qui, s'il fait moins parler de lui, reste toujours aussi dangereux, d'autant qu'il est présent partout dans la vie de tous les jours.

Le Directeur Technique, Marc TISON

Conditions de location et de prêt matosss !!

Voici la liste du matériel mis à votre disposition (location, prêt), sous certaines conditions, évidemment, sinon ce ne serait pas drôle...
9 blocs avec sangles (monos 12 L) ;
10 détendeurs + direct systèmes ;
10 gilets stabilisateurs S, L, M, XL ;
6 bouées collerettes.

Ce matériel vous sera prêté dans le cadre de sorties organisées par le CPVMC (Beffes etc...), « en fonction des stocks disponibles ». Il vous sera en revanche loué pour toute autre sortie externe au CPVMC : 50 F par article pour une période de 2 à 4 jours. Pour une période plus longue (4 jours ou plus, vacances d'été) chaque élément vous sera loué 200 F.
Une caution vous sera demandée au préalable et ne sera rendue qu'après vérification du bon état du matériel : 2000 F pour un bloc ; 1500 F pour un gilet ou un détendeur ; 1000 F pour une bouée.

Une condition vous sera imposée par le Club : nous avons besoin de ce matériel le lundi soir en piscine. Par conséquent, les locations pour le week-end ne sont possibles que si le matériel est de retour au Club le lundi soir. Dans le cas contraire, le tarif « vacances » vous sera appliqué. En fait vous ne pouvez bénéficier du matériel que si le fonctionnement du Club n'est pas perturbé !!

Une autre condition nous vient de la Commission juridique nationale qui stipule qu'en dehors du Club, le locataire doit :
- soit posséder au moins le niveau 2 et s'engager à rester dans la limite de ses prérogatives ;
- soit présenter l'engagement d'un cadre qualifié de l'assister et de l'accompagner dans le cadre de ses prérogatives.

Les détendeurs seront prochainement munis de manomètres sous-marins. Je vous demande d'en prendre bonne note et de prendre bon soin du « matos ».

David BLANG

LE MATERIEL PERSONNEL

Pour répondre aux questions que se posent la plupart des plongeurs en préparation niveau 1 ainsi que pour les autres, voici un tableau récapitulatif du matériel susceptible d'être acquis par un plongeur.

Mode d'emploi du tableau : à l'intersection des lignes et des colonnes est indiqué le niveau à partir duquel le conseil est donné.
Exemples : * les palmes sont obligatoires à partir du niveau 1.
* le couteau est obligatoire à partir du niveau 3 et recommandé à partir du niveau 1.

Cher père Noël (c'est le moment ou jamais !) :

MATERIEL	Obligatoire	Recommandé	Luxe	Déconseillé	Notes
Palmes	1				
Masque	1				*
Tuba	1				
Combinaison		1			**
Chaussons		1			
Gants		1			
Sous-combinaison (souris)		1			
Couteau	3	1			
Ceinture de plomb	1				
Détendeur	1				**
Manomètre	1				**
Stab ou bouée	2	1			**
Sac de plongée		1			
Montre	2	1			***
Profondimètre	2	1			
Ordinateur		3	2	1	
Compas (boussole)		3	2		
Tables de paliers	2	1			
Parachute	4	3	2	1	
Licence	1				
Passeport + carnet de plongée	1				
Torche		1			**
Bonnet		1			
Mini trousse à outils	4	3			
Aspirine		2			

Notes

* Prévoir un deuxième masque de secours en cas de perte.

** Tout ce matériel peut se louer à condition de s'y prendre à l'avance.

*** La montre est OBLIGATOIRE mais souvent intégrée au profondimètre électronique. Libre à chacun de prendre ses précautions vis à vis d'une panne...

Philippe ETASSE

LA PLONGEE, LES PLONGEURS ET LEURS PREROGATIVES

Le niveau 1

Plus de 20 plongeurs ont encore subi cette année le baptême du feu... En effet l'eau de la fosse est souvent à plus de cent degrés selon l'unité de mesure anglo-saxonne... Certains peineront face à la dissociation bucco-nasale (je ne citerai pas de nom...) mais qu'ils se rassurent, beaucoup de plongeurs confirmés ont subi il y a quelques années cette épreuve avec autant de mal, espoir ! Le plus difficile dans ce nouveau monde, c'est l'équilibre. En effet dès les premières leçons, le comportement de certains rappelle celui des spationautes. La seconde difficulté, la respiration. « J'étouffe » diront certains au baptême. Enfin, la communication. Eh oui, parler avec ce machin dans la bouche... les bavards sont les plus concernés, mais pas les sourds (le langage gestuel, ils connaissent..). Pourtant, en mai, pour la sortie annuelle, ils seront tous capables de plonger encadrés dans la zone des 20 m, conformément à leurs prérogatives. Commencera alors pour eux aussi l'aventure, la passion qui nous unit tous.

Thierry GOSSET

Le niveau 2

Lorsqu'on parle d'un niveau 2 on dit aussi «Plongeur autonome niveau II». Autonome veut dire que ces plongeurs jouissent d'une assez grande liberté de mouvements et de responsabilités dans leurs plongées. Leurs prérogatives leurs permettent d'évoluer seuls sans encadrement dans l'espace médian (zone des 20m).
En exploration, ils se choisissent un responsable de palanquée pour la durée de la plongée, à moins que le directeur de plongée n'en désigne un.
Leur formation technique est suffisante pour palier éventuellement les problèmes rencontrés lors de leurs immersions subaquatiques.

Encadrés au minimum par un niveau 4, ils auront la possibilité de plonger dans l'espace lointain (zone des 40m). Formations technique et théorique sont indissociables pour permettre cette autonomie qui est subordonnée à l'autorité d'un directeur de plongée.
Cette saison, notre Club accueille dans ce niveau de formation plus d'une vingtaine d'inscrits. Notre expérience nous rappelle malheureusement que tous, cette saison, n'iront pas forcément à l'examen, soit par manque de temps dans leur préparation, soit par manque de plongées d'exploration ou techniques. Nous constatons dans cette formation une bonne progression d'ensemble même si certains plongeurs sont plus en avance que d'autres. L'encadrement donne comme à son habitude beaucoup de son temps, ce qui laisse espérer de bons résultats.
Notre première sortie technique en carrière à Beffes fut très appréciée et nous souhaitons pour nos prochaines plongées fin Mars 96 accueillir encore plus de plongeurs.

Les niveaux 3 et 4

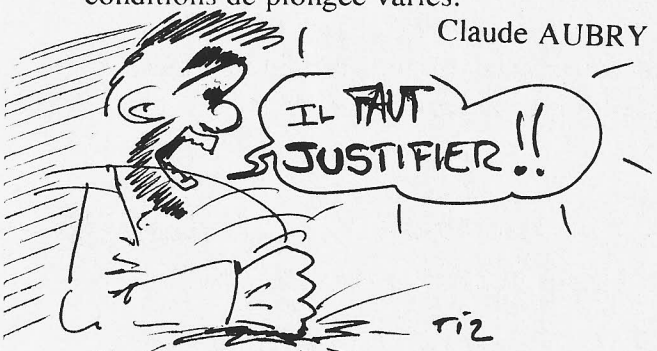
Organisation des séances du lundi :
1 fois par mois : ¾ h fosse - ¾ heure piscine
3 fois par mois : ¾ h piscine - ¾ heure théorie CFPS

CFPS (Certificat Fédéral de Premiers Secours). La nouvelle règlementation impose à tous les plongeurs désirant passer les niveaux 3 ou 4 d'être titulaires du CFPS.

La préparation à ce certificat est effectuée le lundi soir après l'entraînement piscine.
A l'issue de ces séances, il sera validé pour les plongeurs capables de résoudre des cas concrets.

Préparation niveau 3. Il est envisagé de faire passer le niveau 3 au Club cette année. C'est ainsi qu'un week-end d'entraînement en carrière a eu lieu au mois d'octobre, le prochain étant prévu en mars.
En fonction de la disponibilité de l'encadrement, une sortie d'entraînement en mer pourrait avoir lieu pendant le week-end de Pâques.
Rappelons que le plongeur autonome niveau 3 est capable de plonger en sécurité dans la limite de 3 plongeurs dans l'espace lointain (zonz des 40 m). Pour obtenir le niveau 3, un plongeur doit donc non seulement exécuter correctement les exercices requis pour ce diplôme, mais également justifier d'une expérience suffisante dans des sites et conditions de plongée variés.

Claude AUBRY



L'initiateur club

S'il y a deux niveaux de moniteurs dans l'organigramme Fédéral, il y a trois prérogatives d'enseignement. Premier niveau d'enseignement, l'initiateur, s'il n'est pas moniteur en titre, assure l'essentiel de la formation des plongeurs débutants dans le cadre du Club.
Le brevet d'initiateur s'obtient après examen et après une formation spécifique portant sur des épreuves de pédagogie préparatoire et pratique, sur l'organisation d'une séance de plongée et sur des exercices de sauvetage.
En fonction de son propre niveau technique, le plongeur initiateur enseignera et formera les futurs niveaux 1 et 2.
Si l'initiateur est un plongeur niveau 2 ou 3, ses prérogatives d'enseignement sont limitées à la formation pratique des niveaux 1 dans une zone de profondeur déterminée.
Si l'initiateur est un plongeur niveau 4, ses prérogatives d'enseignement sont plus larges puisqu'il enseigne jusque dans la zone des 20m, ce qui lui permet d'assurer la formation et l'examen des niveaux 1 et 2.
L'initiateur, dans son enseignement, est subordonné à l'autorité du président de Club ou du directeur technique.

Marc TISON

Petites annonces... Petites annonces... Petites annonces... Petites annonces...

A vendre : Stab Mares «Vector Pro», taille S, noir/rouge. Contacter Laurent Moueix (prépa niv 3).

A vendre : Stab Scubapro « soft jacket », taille XL, 1992, 1000 F)
Stab Beuchat « Master Pro », taille L, 1995, 2000 F) Contacter
14 kilos de plomb, 2 ceintures) David Blang
2 masques)

L'ASPTT de Paris organise des préparations avec examen pour l'obtention u Certificat Restreint de Radiotéléphoniste permettant l'utilisation notamment des radios VHF à bord des bateaux. Coût 350 F par personne. Lieu Paris 11ème. Dates : 29/1 - 6/2 et 18/3 - 26/3. Demander les précisions à S. AUBRY.

Magasins de plongée pour se procurer ou louer le matériel décrit par Philippe : GO SPORT, DECATHLON, Vieux Campeur Plongespace 3B SIMAME